

4. Zielklarheit

- Ich habe klare Ziele, auf die ich hinarbeite.
- Ich weiß genau, was mir im Leben wichtig ist, und handele danach.
- Ich treffe meine Entscheidungen bewusst im Einklang mit meinen Werten.
- Ich weiß, wie ich mich auch in schwierigen Phasen motivieren kann, meine Ziele weiter zu verfolgen.
- Ich nehme mir genug Zeit, meine Richtung im Leben zu überdenken und passe diese bei Bedarf an.

Punkte

Summe Zielklarheit

5. Entscheidungsfähigkeit

- Ich treffe Entscheidungen selbstbewusst und überlegt.
- Ich fühle mich sicher und zuversichtlich, wenn ich wichtige Entscheidungen treffe.
- Ich handle entschlossen, sobald ich mich für etwas entschieden habe.
- Ich vertraue darauf, dass meine Entscheidungen langfristig zu meinem Wohl beitragen.
- Meine Entscheidungen erweisen sich im Nachhinein meistens als gut und richtig.

Punkte

Summe Entscheidungsfähigkeit

Gesamtsumme

--

Auswertung:

Jeder Bereich hat eine max. Punktzahl von **25 Punkten** (5 Aussagen × 5 Punkte).

Gesamtauswertung:

- **5 - 50 Punkte:** Ihr Leben ist derzeit nicht in Balance. Sie können von gezielten Veränderungen profitieren, um mehr Stabilität und Wohlbefinden zu erreichen.
- **51 - 95 Punkte:** Sie haben bereits eine gute Balance in Ihrem Leben, aber es gibt noch Bereiche, die Sie weiter stärken können.
- **96 - 125 Punkte:** Glückwunsch! Sie führen ein sehr ausgeglichenes Leben und haben Ihre persönlichen Bedürfnisse gut im Blick.

Gibt es Bereiche oder Themen, an denen Sie arbeiten möchten?

Ich unterstütze Sie gern! Besuchen Sie mich auf www.eggert-coaching.de.

